

## Schlafapnoe-Screening leicht gemacht:

Nach der vereinbarten Uhrzeit sollten Sie zuhause:

1. Den **Fingerklipp** an den Zeige- oder Mittelfinger der rechten Hand stecken.
2. **10 Min. danach** sollten Sie den **Blutdruck** mit dem mitgegebenen Messgerät messen, indem Sie es so an dem linken Handgelenk anlegen, daß das Gerät an der Innenseite (Beugeseite) des Handgelenks zu liegen kommt. Die Hand sollte auf Herzhöhe beim Messen gehalten werden.  
Anschließend auf den Startknopf (START/STOP) drücken, sodaß sich die Manschette aufbläht und der Blutdruck gemessen wird.  
Sie brauchen danach das Gerät nur noch in die Schatulle legen, es schaltet sich automatisch aus, die Messwerte werden gespeichert.
3. Anschließend brauchen Sie nur noch die **Nasenbrille** aufzusetzen.  
Dazu am besten die beiden Schlauchstutzen mit der Krümmung zu Ihnen in die Nasenlöcher stecken, die Schläuche hinter die Ohren und wieder zurück unter das Kinn führen, hier den Verschuß wie eine Kravatte unter das Kinn zusammenziehen.  
Anschließend ggf. die Schläuche jeweils über den Wangenknochen mit Pflasterstreifen fixieren.

**Fertig.**

Am Morgen können sie uns noch die **Zeit mitteilen, wann Sie das Licht gelöscht haben und wann Sie das Licht wieder angeschaltet haben.**

**Bitte entfernen Sie die Kabel nicht selbst , wir übernehmen dies für Sie!!!**